



2013-14 negua invierno



Kirolzer



HK
HONDARTZA
IROLDEGIA



HONDARRIBIKO
UDALA



Gazte eta Helduak Jóvenes y Adultos (+16)

URTEKO JARDUERAK / ACTIVIDADES ANUALES:

Irailaren 30etik Ekainaren 22ra
30 Septiembre - 22 Junio

	Asteko Egunak Día Semana	Ordutegia Horario	Prezioa Bazkideentzat Precio Abonado	Prezioa Ez Bazkideentzat Precio No Abonado
Mantenimenduko Gimnasia Gimnasia de Mantenimiento	AL / AZ / OR L / X / V	9,00 / 10,00 10,00 / 11,00 18,15 / 19,15	41,60 €	124,80 €
	AS / OG M / J	20,30 / 21,30	27,60 €	83,15 €
Aerobika Aeróbic	AL / AZ / OR L / X / V	9,00 / 10,00 10,00 / 11,00 13,30 / 14,30 19,30 / 20,30 20,30 / 21,30	41,60 €	124,80 €
	AS / OG M / J	9,00 / 10,30 10,30 / 12,00 18,30 / 20,00 20,00 / 21,30	41,60 €	124,80 €
Prestakuntza fisiko intentsiboa Preparación física intensiva	AL / AZ / OR L / X / V	19,30 / 21,00	69,35 €	207,90 €
Jarduera fisiko, mugitzeko zailtasune duten pertsonentzat Actividad personas dificultades movilidad (Prioridad derivadas centro de salud)	AS / OG M / J	11,00 / 12,00	27,60 €	83,15 €
Entrenamendu autonomoa Entrenamiento autónomo		Urteko kuota Cuota anual	74,00 €	

HIRUHILABETEKO JARDUERAK / ACTIVIDADES TRIMESTRALES:

1- Irailak 27 Septiembre - Abenduak 22 Diciembre • 2- Urtarrilak 7 Enero - Martxoak 23 Marzo • 3- Martxoak 24 Marzo - Ekainak 22 Junio

Aguagim-a Aguagym	AS / OG M / J	9,00 / 10,00	50,75 €	122,35 €
	AL / AZ / OR L / X / V	8,00 / 9,00 9,00 / 10,00 20,30 / 21,30	75,90 €	183,35 €
Tenisa Tenis	AS / OG M / J	9,00 / 10,00 10,00 / 11,00	50,75 €	122,35 €
	AL / AZ L / X	19,30 / 20,30 20,30 / 21,30		
Igeriketa Natación	AL / AZ L / X	Ordutegia arratsaldez	50,75 €	122,35 €
	AS / OG M / J	Horario de mañana y tarde		
Prestakuntza fisikoa (uretan) Preparación física (en el agua)	AS / OG M / J	9,00 / 10,00 19,45 / 20,45	50,75 €	122,35 €
	AL / AZ L / X	19,45 / 20,45		
Padela Pádel	AS / OG M / J	Goizeko eta arratsaldeko ordutegia	111,00 €	277,55 €
	AL / AZ L / X	Horario de mañana		
Cycling-a Cycling	AL / AZ / OR L / X / V	18,20 / 19,20 19,25 / 20,25 20,30 / 21,30	111,00 €	277,55 €
	AL / AZ L / X	9,00 / 10,00 10,00 / 11,00	74,00 €	185,10 €
	AS / OG M / J	13,30 / 14,30 18,20 / 19,20 19,25 / 20,25	74,00 €	185,10 €
	AZ / OR X / V	20,30 / 21,30 15,00 / 16,00	74,00 €	185,10 €
Eskalada Escalada	AS / OG • M / J	20,15 / 21,45	110,95 €	277,40 €
Pilates-a Pilates	AL / AZ L / X	Goizeko eta arratsaldeko ordutegia	74,00 €	185,10 €
	AS / OG M / J	Horario de mañana y tarde		
	OR / L V / S	16,15(V)-11,00(S) 17,15(V)-9,00(S) 18,15(V)-10,00(S)		
		11,00 / 12,00		
Tinkotzea Tonificación	AL / AZ • L / X	14,45 / 15,45 15,30 / 16,30 18,30 / 19,30	50,75 €	122,35 €
	AS / OG • M / J			
Funtzioen entrenamendua Entrenamiento funcional	AL / AZ • L / X	19,30 / 20,30	50,75 €	122,35 €
Abdominal Hipopresiboa Abdominal Hipopresivo	AL / AZ • L / X AS / OG • M / J	Goizeko eta arratsaldeko ordutegia / Horario de mañana y tarde	50,75 €	122,35 €



	Adina Edad	Asteko Egunak Días Semana	Ordutegia Horario	Prezioa Bazkideentzat Precio Abonado	Prezioa Ez Abonatuentzat Precio No Abonado
Igeriketa (maila altua) Natación (nivel superior)	3-16 Urte/Años	AL / AZ L / X AS / OG M / J	Arratsaldeko ordutegia Horario de tarde	150,65 €	366,85 €
Aisi igeriketa I Natación ocio I	-16 Urte/Años	AL / AZ L / X AS / OG M / J	Arratsaldeko ordutegia Horario de tarde	150,65 €	366,85 €
Tenisa Tenis		L / S	Goizeko ordutegia Horario mañanas	155,40 €	270,95 €
		AL / AZ L / X AS / OG M / J	Arratsaldeko ordutegia Horario de tarde	222,05 €	386,30 €

HIRUHILABETEKO JARDUERAK (HAURRAK) / ACTIVIDADES TRIMESTRALES (NIÑOS):

1- Irailak 27 Septiembre - Abenduak 22 Diciembre • 2- Urtarrilak 7 Enero - Martxoak 23 Marzo • 3- Martxoak 24 Marzo - Ekainak 22 Junio

Haurtxoen igeriketa Natación bebés	6-30 Hilabete Meses	L / I S / D	Goizeko ordutegia Horario de mañana	92,10 €	268,20 €
Igeriketa Natación	3-16 Urte/Años	AL / AZ L / X AS / OG M / J	Arratsaldeko ordutegia Horario de tarde	50,75 €	122,30 €
		OR V		25,40 €	61,15 €
Padel-a Padel	6-9 Urte/Años 10-14 Urte/Años	AL / AZ L / X	Arratsaldeko ordutegia Horario de tarde	111,00 €	277,60 €
		AS / AG M / J			
Eskalada Escalada	8-14 Urte/Años	OR V	20,15 / 21,15	42,75 €	74,50 €
Haurrentzako jazz-a Jazz infantil	6-9 Urte/Años	AL / AZ L / X	17,00 / 18,00	50,75 €	122,30 €
Funky-a Funky	10-15 Urte/Años	AZ X	16,00 / 17,00	25,40 €	61,15 €



Helduen jardueretan parte hartzeko kuota bereziak

Cuota global por actividades, adultos

	Bazkideentzat Abonados	Ez Bazkideentzat No abonados
Urteko jarduera (entrenamendu autonomoa izan ezik) Anuales (excepto entrenamiento autónomo)	86,10 €	258,50 €
Urteko eta hiruhilabeteko jarduera (cyclinga, padela, pilatesa, hipopresiboak eta entrenamendu autonomoa izan ezik) Anuales y trimestrales (excepto cycling, pádel, pilates, hipopresivos y entrenamiento autónomo)	236,80 €	562,55 €



2013/2014 Neguko Kanpainako izen-ematea

Inscripciones Campaña Invierno 2013/2014:

	Bazkideentzat Abonados	Bazkide Ez Direnentzat No abonados
Urteko jarduerak + 1. hiruhilabeteko ikastaroak Actividades anuales + Primer trimestre	Irailak 12-13 Septiembre	Irailaren 16tik aurrera / A partir del 16 Septiembre
2. hiruhilabetea / 2º trimestre	Abenduak 12-13 Diciembre	Abenduaren 16tik aurrera / A partir del 16 Diciembre
3. hiruhilabetea / 3º trimestre	Martxoak 10-11 Marzo	Martxoaren 13tik aurrera / A partir del 13 Marzo